



明和新聞

明和記念病院

〒870-0165
大分市明野北1丁目2番17号
TEL.097(573)1000

第32号
～夏号～

みなさん はじめまして



医師 木野内 林太郎

本年4月1日より、明和記念病院にて内科医として勤務しております。この場をお借りしまして、ご挨拶をさせていただきます。私の職歴について、簡単に述べさせていただきますと、H10年3月に、大分医科大学医学部を卒業しまして、その後は、大分県内の複数の総合病院で、呼吸器内科を主な専攻として、診療にあたって参りました。現在、当院におきましても、気管支ぜんそく、COPD、肺感染症、肺がん、などの肺のご病気を患う患者様に対しまして、診療にあたらせて頂いております。また当院療養病床の入院患者様に対しましては、日々健康にお過ごし頂けるように、万全を期して健康管理に務めて参ります。今後とも、どうぞ宜しくお願い致します。



連携室 長野 有生

4月より連携室に配属され支援相談員として勤務することになりました長野です。新しい環境で色々なことを学び経験を重ねながら成長していきたいと思っております。家では2児の父、10月にはもう一人家族が増える予定です。趣味はサッカー・フットサル、友人達と月に1回はボールを蹴って楽しんでいます。早く仕事に慣れ皆様のお役に立つことが出来るように努力していきます。公私共にがんばりますのでよろしくお願い致します。



老健 看護主任 竹中 純子

高齢者と関わる仕事が多かった経験を生かした仕事をする為、老健めいわに4月から入職致しました。毎日が勉強の日々で、周りのスタッフの協力を得ながら頑張ってます。お年寄りが好きで、優しい気持ちで寄り添う事を心がけており、御自分の大切な御家族が安心して入所していただける施設作りを目標としています。思いやりの気持ち 優しい気持ちをいつも忘れずに仕事がしたいと思っております。これからも宜しくお願い致します。



理学療法士 後藤 優樹

当院に入社して早一ヶ月が経ちました。新人研修から始まり、入社初日から職員の皆様には大変お世話になっております。まだまだ覚えることが多々あり、慣れない内は皆様にご迷惑をおかけすることもあるかと思っております。私は、理学療法士として7年目に入りましたが、初心に帰り日々努力していきますので、今後ともどうぞよろしくお願い致します。



3病棟 阿部 斗美代

介護の経験はありますが、看護助手の仕事は初めてなので、気持ちを新たに患者様に「ありがとう」の気持ちをもって接していきたいと思っております。その為にも、私自身のリラックス方法“ハーブティーとアロマ”でリラックスして自分自身の健康(心と身体)に注意していきたいと思っております。



4病棟 広田 淳

3月1日に入職しました広田淳です。30歳で趣味はサッカー観戦です。今までは調理師の仕事をしていましたが、家族が医療系の仕事をしており、自分も体調を崩し入院したり、子どもが生まれたのがきっかけで介護の仕事を再度しようと思いました。目標は介護福祉士の資格を取ることです。まだまだ分からない事もありますが、一日一日を大切に、一生懸命頑張りますので、よろしくお願い致します。

明和俳句
紫陽花は雨に輝く強き花
螢籠手放す闇の深さかな

山村 哲雄



言語聴覚士(ST)活動中!

言語聴覚士 岩崎 玲子



〈スタッフ〉

藤丸さん・岩崎さん・金崎さん

〈訓練で使用している物〉



言語聴覚士は話す、聞く、表現する、食べる等、ごく自然に行っていることが、病気や事故、加齢などで不自由になることがあります。こうした、コミュニケーションや嚥下に問題がある方々の社会復帰を、その人らしい生活ができるよう支援するのが言語聴覚士の仕事です。例えば、脳血管障害や頭部外傷などによって、それまで不自由なく使っていた言葉が、聞いて理解できない、言葉として思い出せずうまく伝えられない、などの症状が出てくる失語症と呼ばれる障害があります。

当院には3名の言語聴覚士がいます。医療保険では入院・外来。介護保険では、老健・通所リハ・訪問リハに従事しています。病院・老健から地域や在宅へ帰っても、支えられるような言語聴覚療法サービスの提供を目指しています。

話す、聞く、表現する、食べることにお困りの方がいらっしゃいましたら、お気軽にご相談ください。

ファミリーコンサート

地域医療連携室 服平 祐美

6月18日、ひよっとこ同好会の方々による、ひよっとこ踊りを披露していただきました。ひよっとこ同好会の方々には、去年のお花見会の際にも来院して頂き、盛大なコンサートを実現していただきました。今年も去年と同様、面白おかしく演出がなされており、大変賑わい、盛り上がりました。入院患者様、ご家族様、デイケア利用者様など参加された皆様方に笑顔がみられ、「とても良かった」「楽しかった」などの声が聴かれ、お祭りムード漂う楽しい時間を過ごすことが出来ました。



熱中症について

3病棟 衛藤 晶

*** 熱中症とは…**高温環境やスポーツ活動などによる温熱ストレスが身体にかかること、人は、皮膚血管を広げたり発汗などの反応を起こして、体温を一定範囲内に保とうとします。しかし、温熱ストレスがあまりにも強いと、脱水、塩分欠乏、高体温等の障害が生じます。これらを「熱中症」と呼んでおり、20年程前までは「日射病」という言葉が広く使われていました。近年では、日射のない屋内での温熱ストレスによる障害も含めた、より幅広い意味を持つ「熱中症」という言葉を使用するようになりました。

<熱中症のサイン>

- ・めまい、立ちくらみ ・顔面蒼白 ・数秒間の失神
- ・呼吸の回数が多い ・真っ直ぐに歩けない
- ・呼びかけに対する反応がおかしい ・おかしな言動をする
- ・唇のしびれ ・体温が上がっているのに、汗をかかない

<熱中症予防>

- ・徐々に暑さに慣れること ・発汗量分の水分を補給すること
- ・暑熱環境では、帽子や軽装を心がけること ・体調不良は要注意
- ・熱中症に対する正しい知識

熱中症は、周りの人が注意するのも必要ですが、当事者がその知識を持っているかないかで、重症化するかどうかの違いが出てきます。熱中症を知るという事は、予防するうえで一番大切な事だと思います。



リレ→ト→ク



外来課長
木田 郁子

明和記念病院に勤務するようになり、今年の5月で6年になります。2月より、外来勤務となり「外来は、出会いの場である。」という気持ちで接遇に留意し患者様が安心して受診できるように心掛けています。そんな私の楽しみは、友人と行く温泉旅行です。ゆっくりとお湯につかり、心身ともにリラックスすることを楽しみに毎日頑張っています。



老健 川下 裕義

私の趣味での事を書かせて頂きます。昨年より海釣りを始め、釣り場周辺の地元の方々や近くの釣り人との交流やコミュニケーションの大切さにとても暖かみを感じました。地元の漁師さんよりよく聞く話が「最近マナーの悪い釣り人が多く困る」や「挨拶もろくにしない」等の話をよく聞きます。この話を聞く度に私も気を付けねばと痛感させられました。地元の方々と話をしていると私自身まだ世間知らずだなと思うことがあり、勉強させられる事が多々あります。こうした経験や話などを仕事に活かせればと日々精進していきたいと思えます。



デイケア 衛藤 菜々子

1年前、4年間離れていた介護に幼い子供を抱え戻るのは不安な気持ちでいっぱいでした。子供の病気で急に休ませてもらったり今でも迷惑をかける事ばかりですが職員の温かい気遣いや優しい言葉に助けられながらあっという間に1年が過ぎました。子供達もこの1年で随分と成長し自分達で出来る事も増えて1年前は保育園の窓から泣きながら手を振っていたのに今では笑顔で「ママ頑張ってるね」と言ってくれます。子供からのふとした一言やあどけない寝顔が今の私の癒しです。沢山の方に支えられている事に感謝を忘れず仕事も子育ても頑張ります。

トマトそうめん

材料 2人分

- トマト……2個 ● 鶏もも肉…80g
- オクラ……2本 (きゅうり…1本)
- めんつゆ…40cc ● そうめん…2束
- 胡麻……小さじ1



作り方

- ① そうめんはゆでて冷ましておく。
- ② トマト1個をすりおろし、めんつゆを加えて冷蔵庫で冷やしておく。
- ③ もう1個のトマトは1~2cm角に切る。オクラはさつとゆでて輪切りにする。鶏肉は耐熱容器に入れ、ラップをして4分加熱し、あら熱がとれたら1~2cm角に切る。
- ④ ①の上に②をかけ、③を盛り付ける。

コメント 管理栄養士 野口 裕美子

夏の暑い時期は食欲が落ちてそうめんだけでさっと済ませたくなりますが、それでは栄養バランスが悪くますます疲れやすくなってしまいます。鶏肉のたんぱく質と脂質、トマトとオクラの水溶性のビタミン、ミネラル、胡麻の脂質やビタミン、ミネラルを加えてそうめんだけでは摂れない栄養素をおいしく補える組み合わせにしてみました。さらにトマトの赤い色の成分であるリコピンとカロテンは強い「抗酸化作用」があり、生活習慣病の予防やがんの予防に効果があります。また紫外線のダメージから肌を守り、シミや日焼けなどを防ぐ働きがあります。トマトやオクラにはビタミンCも多く含まれるので、美容にも嬉しいレシピになりました。(オクラが手に入らなかったため写真はきゅうりを使用しました。)

クロスワードパズル

A B C D

1 A	5			7
2			6	
			3 C	8 D
4		B		

エッセイ

1. スポーツの応援チーム。日本ではこれが馴染みがある。
2. 食べ過ぎ・飲み過ぎで身体の一部を壊さないように。
3. 市場で成立している市場価格。
4. 心臓に何か問題があったら第一にこれを使って調べます。
5. 血液中に存在する血清タンパク質の一つ。低下するとむくみや浮腫が出る。
6. 中国の文学者・思想家。主な作品は「狂人日記」「野草」「故事新編」。
7. ○(漢字)は友を呼ぶ。
8. ○を数える、○の子(全て漢字)。

タテのカギ



編集局だより

4月より新メンバーで明和新聞をお届けしております。私も4月に入職したばかりで、ご迷惑をかけてばかりの毎日です。皆さんにこの病院をもっと知っていただくとともに自分自身も早く慣れるように願っています。よろしくお願いたします。 作業療法士 三重野 かおり